

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Tingkat Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I di wilayah kerja UPTD Puskesmas Karangnunggal sebelum Pemberian Minuman Jahe menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami tingkat mual muntah kategori sedang hingga berat.
2. Tingkat Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I di wilayah kerja UPTD Puskesmas Karangnunggal Setelah Pemberian Minuman Jahe menunjukkan adanya penurunan tingkat mual muntah
3. Pengaruh Minuman Jahe terhadap Tingkat Mual Muntah Hasil analisis menunjukkan bahwa pemberian minuman jahe berpengaruh terhadap tingkat mual muntah pada ibu hamil trimester I. Hal ini terlihat dari adanya penurunan mual muntah setelah pemberian minuman jahe. Selain itu, hasil uji bivariat menunjukkan nilai p-value sebesar 0,000 ($<0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari pemberian minuman jahe terhadap penurunan mual muntah pada ibu hamil trimester I di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Karangnunggal Kabupaten Tasikmalaya Tahun 2026.

B. Saran

Berdasarkan hasil kesimpulan penelitian, maka saran yang dapat disampaikan oleh penulis sebagai berikut:

1. Ibu Hamil

Ibu hamil dapat memanfaatkan metode nonfarmakologis seperti minuman jahe sebagai salah satu upaya untuk membantu mengurangi mual serta meningkatkan rasa nyaman selama proses kehamilan.

2. Puskesmas

Puskesmas dapat menerapkan dan mengembangkan penggunaan metode nonfarmakologis, seperti minuman jahe, sebagai pendamping dalam penatalaksanaan mual kehamilan serta memberikan edukasi kepada tenaga kesehatan mengenai teknik penggunaannya.

3. Peneliti selanjutnya.

Peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian dengan jumlah sampel yang lebih besar, waktu penelitian yang lebih lama, serta mengontrol faktor-faktor lain yang dapat memengaruhi mual kehamilan, seperti kecemasan, kelelahan, dan dukungan keluarga, sehingga diperoleh hasil penelitian yang lebih optimal.